

FrancoAngeli

Collana diretta da Margherita Spagnuolo Lobb

PSICOTERAPIA DELLA GESTALT

Mercurio Albino Macaluso
**Fenomenologia del sé
e relazione terapeutica**

Individuo e campo
nell'approccio gestaltico

Prefazione di Margherita Spagnuolo Lobb



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

Comitato scientifico

Massimo Ammaniti, Dan Bloom, Pietro Andrea Cavaleri, Santo Di Nuovo, Angela Maria Di Vita, Elisabeth Fivaz-Depeursinge, Ruella Frank, Umberto Galimberti, Vittorio Gallese, Paolo Migone, Donna Orange, Malcolm Parlett, Erving Polster, Jean-Marie Robine, Giuseppe Sampognaro, Daniel Stern (†), Carmen Vázquez Bandín e Gordon Wheeler

I titoli della Collana sono sottoposti a referaggio

La psicoterapia della Gestalt ha raggiunto un notevole sviluppo, e ormai rappresenta un modello in cui molti, sia ricercatori che clinici, possono agevolmente riconoscersi. Essa ha infatti anticipato aspetti della relazione psicoterapica oggi sottolineati dalle scoperte delle neuroscienze e dalle osservazioni dell'*Infant Research*. È un approccio che fornisce una prospettiva fondamentale a tutti coloro che si occupano delle nuove evidenze cliniche della società contemporanea. Tutto questo, grazie al suo focalizzarsi sugli aspetti processuali (piuttosto che contenutistici) della relazione terapeutica, e sul confine di contatto come luogo co-creato in cui il sé del paziente e del terapeuta si rivelano nell'intenzionalità che sempre caratterizza l'esperire del qui e ora. Ma anche grazie alla sua costitutiva fiducia nell'autoregolazione delle relazioni, al concetto di campo situazionale e di esperienza soggettiva come proprietà emergente da esso, e al suo interesse per la creatività insita nelle relazioni umane.

È importante che questo significativo sviluppo venga sostenuto da un dialogo scientifico e da una produzione letteraria eccellenti, al fine di dare maggior credito alla valorizzazione dei processi normali e spontanei delle relazioni umane, rispetto a facili posizioni oggettivanti e valutative. Tale valorizzazione ha infatti ricadute positive a vari livelli: nelle relazioni intime, sociali ed educative.

Questa Collana si avvale del confronto tra pari dello staff didattico dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, diretto da Margherita Spagnuolo Lobb, che dal 1979 si è adoperato per:

- una trattazione organica e coerente del modello psicoterapico gestaltico;
- lo sviluppo della clinica gestaltica nella società attuale;
- il sostegno alla valorizzazione di contributi innovativi;
- il sostegno alla ricerca in ambito gestaltico.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

Mercurio Albino Macaluso

Fenomenologia del sé e relazione terapeutica

Individuo e campo
nell'approccio gestaltico

Prefazione di Margherita Spagnuolo Lobb

FrancoAngeli

PSICOTERAPIA DELLA GESTALT

In copertina: *Figura di pietra astratta*
@Rolffimages by Dreamstime.com

Isbn: 9788835157144

Copyright © 2023 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

*A mia moglie, Liana,
e ai miei figli, Elena e Francesco*

Si vorrebbe essere un balsamo per molte ferite.
(Etty Hillesum)

Indice

| | |
|--|---------|
| Prefazione , di <i>Margherita Spagnuolo Lobb</i> | pag. 13 |
| Introduzione | » 19 |
| 1. Oltre il modello di Perls, Hefferline e Goodman. Dalla prospettiva centrata sull'individuo a quella di campo | » 25 |
| 1. Il concetto di contatto secondo il modello di Perls, Hefferline e Goodman | » 26 |
| 1.1. Contatto e relazione | » 26 |
| 1.2. Ciclo di contatto e macroanalisi del processo terapeutico | » 28 |
| 2. Un nuovo modello di contatto | » 30 |
| 2.1. Il contatto come configurazione di Gestalten | » 30 |
| 2.2. Dalle resistenze alle funzioni di contatto | » 31 |
| 2.3. La teoria dei domini gestaltici | » 32 |
| 3. Linee essenziali di un modello relazionale gestaltico | » 33 |
| 3.1. Il campo condiviso | » 33 |
| 3.2. Momenti di contatto e momenti intimi | » 36 |
| 4. Implicazioni cliniche | » 37 |
| 2. La teoria del sé in <i>Gestalt Therapy</i>. Il sé, l'io, l'es e la personalità | » 41 |
| 1. Definizione del sé | » 42 |
| 2. Il sé come realizzazione della potenzialità del presente | » 43 |

| | |
|--|---------|
| 3. Le proprietà del sé | pag. 44 |
| 4. Le strutture del sé | » 46 |
| 5. L'io | » 48 |
| 6. L'es | » 50 |
| 7. La personalità | » 51 |
| 8. La teoria del sé di Goodman e quella di From | » 53 |
| 9. Conclusioni | » 55 |
| 3. La spontaneità dell'incontro terapeutico come fattore chiave di cambiamento | » 58 |
| 1. Concentrazione, consapevolezza e spontaneità in <i>Ego, Hunger and Aggression</i> | » 59 |
| 2. Il sé spontaneo in <i>Gestalt Therapy</i> | » 60 |
| 3. La spontaneità dell'incontro terapeutico | » 63 |
| 4. Spontaneità, competenza e responsabilità | » 65 |
| 5. Le principali modalità del sé nella situazione terapeutica | » 67 |
| 4. Intenzionalità e spontaneità nell'azione terapeutica gestaltica | » 69 |
| 1. Introduzione | » 69 |
| 2. L'esperienza soggettiva secondo il modello di Perls, Hefferline e Goodman | » 70 |
| 3. Intenzionalità e spontaneità nell'azione terapeutica | » 71 |
| 4. L'attività terapeutica intenzionale | » 74 |
| 4.1. La metodologia gestaltica | » 74 |
| 4.2. Il lavoro sull'individuo | » 76 |
| 4.3. Il lavoro sulla relazione | » 78 |
| 4.4. L'atteggiamento dialogico | » 80 |
| 4.5. Due opzioni metodologiche legittime | » 82 |
| 5. L'attività terapeutica spontanea | » 83 |
| 5.1. Differenze tra attività relazionale intenzionale e attività relazionale spontanea | » 83 |
| 5.2. L'incontro spontaneo co-creato | » 85 |
| 6. L'approccio globale della psicoterapia della Gestalt | » 88 |

| | |
|--|---------|
| 5. L'es in psicoterapia della Gestalt | pag. 91 |
| 1. L'es come fase del processo di contatto | » 92 |
| 2. L'es come modo del processo di contatto | » 93 |
| 3. L'es come conoscenza del campo | » 97 |
| 4. Altre disposizioni recettive riconducibili all'es | » 100 |
| 5. Non-azione terapeutica e condivisione intima | » 101 |
| 6. Es, meditazione e dimensione spirituale | » 103 |
| 7. Conclusioni | » 106 |
| 6. Personalità, meccanismi nevrotici e diagnosi gestaltica | » 108 |
| 1. Introduzione | » 108 |
| 2. La personalità come sistema di atteggiamenti | » 109 |
| 3. La personalità come processo | » 111 |
| 4. La personalità e la situazione terapeutica | » 112 |
| 5. Meccanismi e caratteri nevrotici | » 113 |
| 5.1. I meccanismi nevrotici come interruzioni del processo di contatto causate dalle rimozioni | » 113 |
| 5.2. I meccanismi nevrotici come perdita delle funzioni dell'io | » 115 |
| 5.3. Nuove letture dei meccanismi nevrotici e dello sfondo | » 117 |
| 6. Considerazioni finali sulla diagnosi gestaltica | » 120 |
| 7. Il concetto di "campo" in psicoterapia della Gestalt. Sviluppi e implicazioni | » 124 |
| 1. Dal campo individuale al campo condiviso | » 126 |
| 2. Olismo | » 129 |
| 3. Ecologia | » 132 |
| 4. Meccanica quantistica | » 135 |
| 5. Riflessioni conclusive | » 138 |
| 8. L'uso della concentrazione nel lavoro sui sogni in psicoterapia della Gestalt | » 139 |
| 1. Introduzione | » 139 |
| 2. Il sogno in <i>Gestalt Therapy</i> | » 140 |

| | |
|---|----------|
| 3. Il lavoro sui sogni nella psicoterapia della Gestalt delle origini | pag. 142 |
| 4. Una modalità di lavoro sui sogni attraverso la concentrazione | » 143 |
| 5. Un esempio clinico | » 147 |
| 6. Conclusioni | » 150 |

| | |
|---------------------|-------|
| Bibliografia | » 153 |
|---------------------|-------|

Prefazione

di Margherita Spagnuolo Lobb*

Macaluso affronta in questo libro la diatriba tra ottica individuale e/o relazionale in psicoterapia, una questione che è al centro dello sviluppo contemporaneo di tutti gli approcci “relazionali”, e naturalmente della psicoterapia della Gestalt. Lo fa spiegando l’originalità e l’unicità della prospettiva gestaltica, con un lavoro ermeneutico sul testo fondante, *Gestalt Therapy*, scritto da Perls, Hefferline e Goodman nel 1951. Quel testo, come sappiamo, venne scritto con categorie estetiche, non introiettabili, e con un linguaggio – volutamente – complesso che, nonostante sia un esempio di magistrale integrazione delle correnti culturali in vigore ai tempi e di capacità di stimolare nuove idee e creatività nel lettore, non ha reso facile ai terapeuti della Gestalt avere un quadro di riferimento epistemologico in cui collocare ciò che fanno. Macaluso, con un linguaggio chiaro e aderente alla relazione terapeutica, fa con questo libro due operazioni importanti: innanzitutto, fornisce un’utilissima spiegazione di quel testo, in secondo luogo dimostra che l’individuo e la relazione sono due facce della stessa medaglia, e che quindi non esiste una Gestalt therapy individuale e una relazionale, ma le due prospettive già si integravano perfettamente nella mente dei fondatori.

Dal punto di vista fenomenologico, la realtà è quella che possiamo descrivere solo in prima persona, cioè solo dal punto di vista soggettivo. Tuttavia la soggettività individuale emerge sempre da una relazione (o da un campo situazionale) (Wollants, 2021; Spagnuolo Lobb, 2021) e porta con sé la memoria di questa unicità. Senza la situazione da cui la soggettività nasce, l’esperienza soggettiva non potrebbe darsi al mondo. Soggettività e situazione sono in una dinamica di reciproco riconoscimento e adattamento.

* Direttore Istituto di Gestalt HCC Italy.

Chi è Albino Macaluso? È un didatta senior dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, un professionista scrupoloso, profondo e gentile, amato da tutti gli allievi, un modello di studio onesto dei testi ma anche di profonda umanità. Come dice nella sua introduzione, Albino è anche cocciuto: se ha un'idea la porta avanti negli anni, con determinazione e costanza, ma mai con arroganza o impulsività. Negli anni di insegnamento della psicoterapia (circa trenta ormai), ha sempre alimentato una passione evidente per la teoria della psicoterapia e per la psicoterapia della Gestalt in particolare. Non ama viaggiare né mettersi in mostra, quello che scrive e che insegna lo fa da una dedizione sincera e da un'onestà intellettuale rara. Per me è sempre stato un dovere etico, oltre che un piacere, sostenere le sue riflessioni teoriche e fare in modo che diventino fruibili a molti, non solo agli allievi della scuola.

Oltre al valore teorico e didattico (magari la mia generazione avesse avuto un testo del genere per capire il PHG¹, il libro fondativo!), questo libro si inserisce nella cultura della società attuale, in cui la vecchia diatriba tra oggettivo e soggettivo prende la forma di una mentalità efficientista che pone là fuori, in modo oggettivo, il dolore e il problema del paziente. Il modello "hai un problema: cerca di risolverlo" (che ha fatto la fortuna di alcuni influencer) ha preso la mano dei giovani, che non possono soffermarsi sul senso delle cose, né sulle loro sensazioni come via maestra alla soluzione, che quando sono feriti si deprimono o attaccano violentemente l'altro. Attingendo alla fenomenologia e all'estetica, la psicoterapia della Gestalt propone un modello di conoscenza che non oggettiva il problema ma lo vive in prima persona, con la fiducia che è solo gettandosi nella vita che ci si può orientare in essa e risolvere la complessità delle situazioni.

Questo libro spiega bene come avviene, sia nel testo fondante sia nella clinica quotidiana, il passaggio epistemologico dall'oggettivazione alla soggettivazione situazionata. Sia gli esempi clinici sia i ragionamenti teorici fluiscono in modo semplice, non togliendo nulla alla complessità che caratterizza il metodo gestaltico.

Lo scopo del libro è dimostrare che non esistono due prospettive gestaltiche, una centrata sull'individuo e una sulla situazione (o campo), ma che «Organismo e ambiente non possono essere considerati come entità separate che interagiscono. Considerati come realtà a sé stanti, costituiscono soltanto delle astrazioni, poiché la realtà primaria è il campo, definito come "un organismo e il suo ambiente"» (p. 27).

L'autore dimostra che nella formulazione originaria dei fondatori della psicoterapia della Gestalt individuo e campo non sono separati. L'evoluzio-

¹ Acronimo per Perls, Hefferline e Goodman (1951).

ne storica ha privilegiato l'ottica individuale nei primi anni, fino a scoprire prepotentemente la prospettiva di campo negli ultimi anni, ma non si tratta di uno "strappo", di una svolta: si tratta di un approfondimento, una variazione sul tema di un'idea originaria.

Il libro è dunque un viaggio nel mondo gestaltico, che spiega a chiunque, non solo agli esperti, di cosa è fatto, quale prospettiva ha sugli esseri umani e le loro relazioni. L'autore ci fa entrare in questo mondo rivelandoci, passo dopo passo, la sua lingua, la sua cultura, da dove vengono le cose che leggiamo nei testi di riferimento e che risvolti hanno nella clinica. Si tratta di un mondo coerente e profondo, finalmente non identificato semplicisticamente con la sedia vuota (che rimane tuttavia un'originalissima e rivoluzionaria tecnica terapeutica) ma anche con la sua capacità di integrare gli studi sulla percezione degli psicologi della Gestalt, i processi corporei e il movimento come cifra della profondità fenomenologica, e il sentimento che si costituisce nell'esperienza di contatto contribuendo a formare la personalità. Ma la marcia in più di questo approccio è la capacità di rendere poetico, grazie al linguaggio estetico, ogni passo terapeutico e ogni tentativo del paziente di affrontare le difficoltà della vita.

L'incipit, il primo capitolo, è la dimostrazione della necessità per la psicoterapia della Gestalt di rivolgersi anche allo sfondo. Questo infatti consente il passaggio clinico dal modificare la figura al lavoro sul campo co-creato, al sostegno, alla ristrutturazione delle dinamiche percettive. L'autore fa questo attraverso un originale confronto tra gli studi di Gordon Wheeler e della sottoscritta. Questo sviluppo del pensiero clinico gestaltico, oggi reso necessario dall'aumentata fragilità dei nostri pazienti, ci porta a uno stile gestaltico focalizzato sul sostegno, più che sulla destrutturazione.

Ma il fulcro del libro è nel capitolo due, quando l'autore spiega la teoria del sé di Paul Goodman, confrontandola con quella di Isadore From, con una chiarezza che non mi sembra di avere mai trovato in alcun altro scritto sia italiano sia internazionale. Al di là delle differenze cliniche tra queste due versioni assolutamente compatibili, la novità del sé gestaltico è «il suo guardare al funzionamento libero, vitale e spontaneo della persona, a ciò che sperimentiamo quando, totalmente immersi nell'esperienza presente, in totale integrazione con l'ambiente, siamo in "stato di grazia". Il lavoro terapeutico porta alla rivelazione del nostro potenziale creativo, all'espressione delle nostre risorse migliori» (p. 56). È il particolare "quid" che caratterizza il sé in prospettiva gestaltica, e che spiega l'originalità e l'efficacia dei suoi interventi clinici.

Nel terzo capitolo, l'autore distingue tra l'uso della concentrazione per esplorare l'esperienza del paziente e l'uso della spontaneità del terapeuta per

lavorare con un approccio relazionale. Non dobbiamo confondere la spontaneità con l'impulsività. La spontaneità è il risultato di un'etica situata, che tiene conto della situazione e dell'altro. In un'epoca in cui questa distinzione non è per niente chiara, per esempio quando si perdona persino a un politico – un rappresentante del popolo – di essere coinvolto in abusi o atti vandalici, o quando non ci si oppone con forza alla violenza perpetrata da persone che non riescono a tollerare ed elaborare una frustrazione (vedi i femminicidi), insegnare che l'impulsività deriva da una desensibilizzazione nevrotica verso l'altro, mentre la spontaneità è un'arte e un esercizio costante di muoversi considerando l'altro e la situazione, è un dovere etico, non una semplice possibilità.

Nel capitolo quattro l'autore torna a parlare del lavoro sullo sfondo per integrare prospettiva individuale e relazionale. Gli esempi clinici che in questo capitolo spiegano la differenza tra il lavoro che *usa* la relazione e il lavoro *sulla* relazione mi sembrano magistrali.

Il capitolo cinque approfondisce, assieme al capitolo sei, lo sfondo esperienziale, ed è dedicato all'es. L'autore descrive in modo chiaro la differenza tra l'es gestaltico e l'es psicoanalitico. L'es infatti non è lo sfondo inconsapevole (una sorta di inconscio), ma è *la funzione* dell'emergere dello sfondo stesso. È un modo di funzionamento del sé. Un capitolo a mio avviso molto bello in cui descrive la ricchezza e la complessità del concetto di es nella psicoterapia della Gestalt, responsabile primario dell'intuito implicito del terapeuta e del senso di intimità a cui terapeuta e paziente pervengono. Se questa riflessione e descrizione fossero state fatte alla morte di Perls, quando il lavoro del fondatore si diffuse in modo a volte caricaturale, per opera di tanti terapeuti che ne imitavano lo stile destrutturante, senza coglierne il senso intimo, si sarebbe evitato di diffondere una psicoterapia della Gestalt provocatoria e saccente, che nulla ha a che vedere con la "spiritualità" che sottende il concetto di es.

Lasciarsi trasformare dall'esperienza in cui si è immersi con il paziente, senza controllarla o schematizzarla, non è facile da apprendere. Gli allievi a volte temono di farsi prendere la mano dall'emozione del paziente, di non riuscire a rimanere focalizzati sul loro compito terapeutico. Per questo motivo, «l'es può aprire la strada a un nuovo modello di psicoterapia, di tipo estetico e intuitivo, capace di tener conto anche della dimensione profonda, trascendente, dell'esperienza umana» (p. 107).

Il capitolo sei, dedicato alla personalità – un altro tipo di sfondo esperienziale – è intrigante a livello teorico, descrive l'originalità della psicoterapia della Gestalt.

Il capitolo sette è sul campo. Ben consapevole delle varie letture gestaltiche di campo, l'autore non vuole fornire un'ulteriore definizione, bensì

intende contestualizzare il concetto all'interno della sua matrice storico culturale ed epistemologica, ecologica e fenomenologica, mostrando il suo sviluppo e l'attualità di alcuni suoi aspetti e connessioni.

Ho letto e riletto tante volte questo libro, con attenzione e cura, discutendo con l'autore ogni piccolo dettaglio che potesse non considerare abbastanza la letteratura e i dialoghi internazionali, ma lasciando anche all'autore la sua prospettiva autonoma, da cui a volte mi discosto, a beneficio del sano contraddittorio che esiste nel nostro Istituto. Sento che questa cura è ricambiata: anche lui, con questo libro, si è preso cura della teoria che ho sviluppato e che ha dato vita al modello del nostro Istituto. È una sensazione molto bella essere compresi fino in fondo nel proprio insegnamento ed essere "spiegati" agli altri anche attraverso il confronto con i grandi della Gestalt therapy. Sento una profonda gratitudine verso Albino per il suo tessere le trame dell'evoluzione teorica del nostro Istituto in silenzio, mettendole in relazione con l'evoluzione epistemologica più ampia, per poi donarci questo racconto meraviglioso di chi siamo noi nell'evoluzione gestaltica internazionale, creando il ponte con un'epistemologia più ampia.

Mi auguro che questo libro sia diffuso come merita, perché racconta la profondità teorica della psicoterapia della Gestalt e la sua importanza nella clinica contemporanea, e perché non crea separazioni tra diversi approcci gestaltici.

Che tutti coloro che lo leggono possano sentirsi affascinati dalla psicoterapia della Gestalt!

Introduzione

Questo libro nasce da una lettura perseverante, direi persino ostinata, di *Gestalt Therapy*, il testo fondamentale della psicoterapia della Gestalt, scritto da Perls, Hefferline e Goodman e pubblicato nel 1951. Negli anni mi sono sempre di più appassionato allo studio di questo testo, che gli psicoterapeuti della Gestalt, in modo colloquiale, chiamano “la Bibbia”. Si tratta di un’opera di una ricchezza per certi aspetti sorprendente, un tesoro che purtroppo è poco conosciuto, perché di non facile lettura. La parte di *Gestalt Therapy* redatta da Goodman è, come hanno scritto Isadore From e Michael Vincent Miller (1997, p. 9) nell’introduzione alla seconda edizione del libro, «un lavoro teorico scritto in una prosa irrimediabilmente difficile». Goodman non utilizza il linguaggio formale e astratto tipico degli scritti accademici, bensì un linguaggio vivido, plastico, che fa emergere i significati dalle immagini e richiama l’esperienza nella sua concretezza. E lo fa da scrittore di talento, padroneggiando i registri linguistici. Il suo stile di scrittura, denso e conciso, non si presta a una lettura frettolosa, parziale e introiettiva. Il suo argomentare complesso si sviluppa in maniera ricorsiva. Molti concetti sono prima anticipati, a volte in modo quasi ermetico, poi ripresi più volte e variamente presentati e sfaccettati. Occorre, pertanto, avere presente la totalità dell’opera, per poterne comprendere le singole parti e i singoli concetti. Certi passaggi si chiariscono alla luce di altri passaggi analoghi rintracciabili nel testo. In tal modo Goodman costringe il lettore a utilizzare un approccio di tipo “contestuale”, conforme al metodo clinico da lui stesso proposto. Cosicché *Gestalt Therapy* si comprende attraverso *Gestalt Therapy* stessa, leggendo e rileggendo. Questo è ciò che ho provato a fare, non lasciandomi scoraggiare dalle difficoltà di comprensione in cui di continuo mi imbattevo, bensì sentendomi sempre più stimolato e coinvolto.

Gli scritti che presento qui sono l’esito di questo mio percorso di ricerca teorico e clinico, a cui, credo, non sarei potuto arrivare in modo così chiaro

e, spero, pregnante senza il supporto del gruppo dei didatti dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, diretto da Margherita Spagnuolo Lobb, di cui faccio parte da parecchi anni. Gli scambi teorici con i colleghi didatti sul testo di Perls, Hefferline e Goodman, le riflessioni basate sulla sua lettura in gruppo, le divergenze che diventavano spunto per una sua migliore comprensione sono stati l'humus, ricco di pensiero e di contatto umano, che ha nutrito la scrittura di tutti i miei articoli.

Questo percorso ha preso le mosse da tre aree di interesse: la *teoria del sé*, la *tecnica della concentrazione* e l'*orientamento gestaltico relazionale*. Queste tre tematiche, apparentemente distinte, hanno trovato nella mia personale ricerca un unico filo conduttore, costituito dal tentativo di conciliare, sulla base della teoria del sé di Perls, Hefferline e Goodman, l'orientamento centrato sull'individuo, e basato sull'uso della concentrazione, con l'orientamento centrato sulla relazionale e sul campo.

Fin dai primi anni della mia formazione in psicoterapia della Gestalt sono stato particolarmente interessato sia al concetto gestaltico di sé e alle sue "strutture parziali" sia alla concentrazione e al *continuum* di consapevolezza. Mi sembrava che la teoria del sé presentata nel decimo capitolo di *Gestalt Therapy* fosse per certi aspetti differente dalla teoria del sé esposta da Fromm, meglio, da ciò che di essa è stato riferito dai suoi allievi (Müller, 1992; Spagnuolo Lobb, 2001, 2015; Robine, 2006a), visto che Fromm non ha mai pubblicato nulla. Mi sorprendevo che, per quanto ne sapessi, nessuno avesse mai scritto qualcosa a proposito di queste differenze. Mi colpiva, inoltre, che la concentrazione, a cui era attribuito un notevole rilievo tanto in *Ego, Hunger and Aggression* (Perls, 1947) quanto in *Gestalt Therapy* (Perls, Hefferline e Goodman, 1951), ben presto fosse stata accantonata dagli psicoterapeuti della Gestalt, che avevano spostato il baricentro del loro interesse dall'individuo alla relazione terapeutica.

Sempre più nettamente negli anni, il cuore della teoria e della metodologia della psicoterapia della Gestalt è diventato il processo relazionale creato insieme da paziente e terapeuta. Ho seguito con grande interesse questo sviluppo, al quale l'Istituto di Gestalt HCC Italy ha dato un contributo rilevante anche a livello internazionale. Ho sempre ritenuto, tuttavia, che una prospettiva radicalmente relazionale, che trascuri il mondo interno della persona e quelle che Wheeler (1992) definisce "strutture organizzate dello sfondo", sia unilaterale e fuorviante tanto quanto una prospettiva individualistica, che non consideri l'esperienza soggettiva come una funzione del campo e che isoli la persona dal suo ambiente.

In tutti i miei scritti ho tentato di far convergere il focus sull'individuo e il focus sulla relazione. Nel fare questo, il mio intento non è stato tanto quello

di cercare un'improbabile integrazione epistemologica delle diverse scuole di Gestalt, quanto quello di tornare alle radici della psicoterapia della Gestalt, al suo testo fondante, dove la prospettiva individuale e quella relazionale sono presentate come due facce della stessa medaglia, due aspetti non separabili dell'esperienza, intesa come totalità unitaria. Secondo Perls *et al.* (1997), individuo e relazione costituiscono una falsa dicotomia. Seguendo la loro lezione, Wheeler (1992) afferma che personale e interpersonale sono i poli della consapevolezza, intesa come "campo unificato e organizzato", che possiamo analizzare partendo da un polo o dall'altro.

Gli articoli raccolti in questo volume sono stati quasi tutti pubblicati sulla rivista dell'Istituto, *Quaderni di Gestalt*, in un arco di tempo che va dal 2011 al 2022. Ai lavori pubblicati si aggiunge un inedito, dal titolo "Personalità, meccanismi nevrotici e diagnosi gestaltica". L'ordine dei capitoli segue solo in parte la cronologia di pubblicazione degli articoli, cercando di privilegiare piuttosto una certa coerenza tematica.

Vediamo, brevemente, il contenuto di questo libro. Il primo capitolo costituisce una sorta di premessa epistemologica, in cui evidenzio il carattere individualistico, o monoperonale, del modello gestaltico classico e la necessità di elaborare un nuovo modello che tenga conto della reciprocità dell'incontro terapeutico. Negli apporti innovativi di Wheeler (1992) e di Spagnuolo Lobb (2007, 2011) rintraccio i presupposti per la fondazione di un modello gestaltico realmente relazionale.

Il secondo capitolo tratta della teoria del sé, così come è presentata in *Gestalt Therapy*. Espongo in maniera dettagliata la teoria del sé, elaborata da Goodman sulla base delle idee di Perls, ed evidenzio le differenze tra questa e la lettura che ne ha dato Isadore From, stando a quanto hanno riferito gli allievi di quest'ultimo.

Il terzo capitolo è incentrato sul concetto gestaltico di spontaneità. In questo capitolo mostro come la spontaneità del terapeuta, che non è mai disgiunta della responsabilità che il ruolo di cura implica, diventi strumento fondamentale di terapia.

Nel quarto capitolo descrivo l'attività terapeutica intenzionale e l'attività terapeutica spontanea, sottolineando come esse si integrino tra loro e non possano essere considerate separatamente.

Il quinto e il sesto capitolo trattano rispettivamente dell'es e della personalità, andando così a completare il discorso sviluppato nei precedenti capitoli sulle principali strutture del sé e sulle loro implicazioni cliniche. Nel quinto capitolo, in primo luogo descrivo l'es essenzialmente come disposizione recettiva che ci permette di cogliere tutto ciò che si presenta alla

nostra consapevolezza, provenendo sia dall'interno sia dall'esterno di noi; successivamente, lo indico come veicolo di condivisione intima tra paziente e terapeuta e come via d'accesso alla dimensione spirituale in psicoterapia.

Nel capitolo successivo tratteggio il concetto di personalità, inteso sia come sistema di atteggiamenti sia come processo, vale a dire, come particolare modalità di funzionamento del sé. La personalità, in quanto sistema di atteggiamenti, fa parte non del sé, ma del corpo, della fisiologia secondaria. Il suo aspetto nevrotico è il carattere. Di quest'ultimo fanno parte le rimozioni, che causano le interruzioni del processo di adattamento creativo. Dopo avere descritto le cosiddette "interruzioni di contatto" secondo il modello originario, presento le revisioni che di esse hanno proposto, in modi differenti, ma con importanti analogie, sia Wheeler (1992, 2018) sia Spagnuolo Lobb (2011, 2015, 2017). Infine, considero le conseguenze che, a mio avviso, derivano dalle proposte innovative di questi due autori riguardo alla questione della diagnosi gestaltica.

Nel settimo capitolo provo a sistematizzare il concetto di campo, descrivendone le differenti letture e l'evoluzione nell'ambito della letteratura gestaltica; quindi ne analizzo alcuni aspetti e implicazioni, a partire da tre categorie paradigmatiche: olistismo, ecologia e meccanica quantistica. In tal modo evidenzio la ricchezza e l'attualità del concetto di campo in psicoterapia della Gestalt e lo contestualizzo da un punto di vista storico-culturale.

L'ultimo capitolo presenta una rielaborazione della modalità di lavoro sui sogni attraverso la concentrazione, che era presente agli esordi della psicoterapia della Gestalt e che poi stranamente è caduta nell'oblio.

Al termine di queste brevi note introduttive, desidero ringraziare tutti coloro che, a vario titolo, hanno contribuito alla realizzazione di questo libro, fermo restando che la responsabilità per eventuali errori e omissioni in esso contenute debba essere attribuita unicamente a me.

Sono grato innanzitutto a Margherita Spagnuolo Lobb, mia maestra, che mi ha sostenuto nello sviluppare la mia personale visione della psicoterapia della Gestalt, mi ha offerto la possibilità di un "respiro internazionale" e mi ha consigliato e guidato nella stesura finale di tutti i miei articoli.

Ringrazio Piero Cavaleri, che, dopo avere letto il mio primo articolo, mi incoraggiò a continuare a scrivere, suggerendomi fin da allora, quasi in maniera profetica, di raccogliere infine in un libro i miei lavori. Poi ha letto in via preliminare anche gli articoli successivi, dandomi sempre suggerimenti e indicazioni importanti.

Ringrazio Betti Conte, Giuseppe Sampognaro e Antonio Cascio per i feedback puntuali e preziosi che mi hanno dato dopo avere letto con attenzione le bozze di alcuni dei miei articoli.

Ringrazio Viviana Polizzi e Gina Merlo, carissime amiche prima che colleghe. La prima per avere letto in anticipo e accolto con entusiasmo critico ogni mio articolo; la seconda per i nostri confronti, sempre appassionati, sul piano della teoria e della clinica.

Ringrazio i colleghi e gli amici dell'Istituto di Gestalt HCC Italy, per il costante dialogo e il fertile contraddittorio, che ho da sempre considerato fucina di idee, riflessioni e importanti *insights* per la mia professione, per l'attività didattica e per i miei scritti.

Ringrazio gli allievi che ho incontrato durante la mia attività didattica presso il succitato Istituto. Con le loro domande e le loro obiezioni hanno sollecitato la mia ricerca e mi hanno aiutato a mettere a punto sempre meglio le mie idee.

Ringrazio mia sorella Stefania, insegnante di filosofia, per gli stimoli che mi sono sempre venuti dal confronto con il suo specifico punto di vista.

Ringrazio, infine, Liana, mia moglie, sfondo di sicurezza che ha reso possibile l'emergere della figura costituita da questo libro.

1. Oltre il modello di Perls, Hefferline e Goodman. Dalla prospettiva centrata sull'individuo a quella di campo¹

Oggi i terapeuti della Gestalt individuano il fulcro della loro pratica clinica nell'interazione che avviene nel qui e ora tra paziente e terapeuta. Tuttavia il quadro teorico cui fanno riferimento, ossia il modello elaborato all'inizio degli anni Cinquanta del secolo scorso da Paul Goodman, sulla base di un manoscritto di Frederick Perls, e presentato in *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality* (Perls et al., 1951)², risente del clima culturale improntato all'individualismo di quel periodo. Esso, infatti, non consente di descrivere il carattere bilaterale dell'incontro che avviene nel momento presente tra paziente e terapeuta, né il processo relazionale che si sviluppa tra loro nel corso della seduta di terapia e di seduta in seduta. Il quadro teorico originario della psicoterapia della Gestalt, basato sul concetto di contatto organismo/ambiente, permette di descrivere piuttosto l'esperienza dell'incontro attuale dal punto di vista individuale del paziente. A questo proposito, Joseph Melnick e Sonia March Nevis (2007) affermano: «Pur essendo l'adattamento creativo e il contatto processi che riflettono un processo relazionale, sono stati usati in origine per descrivere il cambiamento da una prospettiva individuale» (p. 301). Sulla stessa linea si colloca Jean-Marie Robine (2006a), secondo il quale «anche se l'ambiente – o un elemento ambientale – di un dato organismo può essere un organismo, l'impianto concettuale e metodologico della terapia della Gestalt non è pienamente adeguato per trattare la *relazione* organismo/altro organismo» (p. 93). Non sorprende, pertanto, che Daniel Stern (2005) consideri la psicoterapia della Gestalt tra le terapie che nella loro pratica clinica cercano di focalizzare con molta attenzione ciò che succede

¹ Già pubblicato in *Quaderni di Gestalt*, 2012, 25, 2 e in *Gestalt Review*, 2015, 19, 3.

² Trad. it. *Teoria e pratica della terapia della Gestalt. Vitalità e accrescimento nella personalità umana*, Astrolabio, Roma, 1971, 1997.

nel qui e ora del processo terapeutico, ma «sono molto meno precise nella sua descrizione e concettualizzazione» (p. 119).

Il problema allora, per i terapeuti della Gestalt di oggi, è poter disporre di un modello teorico di tipo relazionale, che permetta di considerare sia l'esperienza del paziente sia quella del terapeuta e, soprattutto, di descrivere come esse siano create insieme nell'incontro terapeutico.

Negli ultimi decenni è emerso un crescente interesse nell'ambito della psicoterapia della Gestalt per la dimensione relazionale del processo terapeutico e diversi autori hanno dato il loro contributo sull'argomento. Mi limito qui a citarne solo alcuni: Malcolm Parlett (2005), Gary Yontef (2005), Lynne Jacobs (1995), Richard Hycner (1995a, 1995b), Gordon Wheeler (1992, 2000), Peter Philippon (2001), Georges Wollants (2021).

Dopo aver evidenziato che il modello di Perls, Hefferline e Goodman è fondamentalmente centrato sull'individuo, in questo lavoro esaminerò il modello revisionato di psicoterapia della Gestalt che Gordon Wheeler (1992) ha proposto una trentina di anni fa e che forse non ha ricevuto tutta l'attenzione che avrebbe meritato. Considererò, altresì, alcuni contributi innovativi di Margherita Spagnuolo Lobb (2007, 2011), come il concetto di co-creazione dell'incontro terapeutico e la teoria dei domini gestaltici. Cercherò di dimostrare che i modelli proposti da questi due autori presentano diversi punti di contatto e contengono le premesse teoriche di un approccio gestaltico di tipo relazionale. Proverò, infine, a delineare le principali ricadute sul piano clinico delle innovazioni teoriche considerate.

1. Il concetto di contatto secondo il modello di Perls, Hefferline e Goodman

1.1. Contatto e relazione

Gli autori di *Gestalt Therapy* indicano con il concetto di “contatto” l'esperienza presente, vista come il risultato dell'interazione tra l'individuo e l'ambiente. Essi definiscono il contatto come «la consapevolezza della novità assimilabile e il comportamento assunto nei suoi confronti; nonché il respingimento della novità non assimilabile» (Perls *et al.*, 1997, p. 40). E indicano alcuni esempi di contatto: «Con contatto intendiamo il prendere il cibo e mangiare, l'amare e il fare all'amore, l'essere aggressivi, l'essere in conflitto, la comunicazione, la percezione, l'apprendimento, la locomozione, la tecnica e in generale ogni funzione che deve essere considerata principalmente in quanto ha luogo sulla linea di demarcazione in un campo organi-

smo/ambiente» (ivi, p. 180). Come evidenzia Robine (2006a), gli esempi riportati presentano un soggetto che agisce sull'ambiente, o reagisce all'ambiente, senza contemplare la risposta dell'ambiente stesso. Benché il contatto, dunque, sia concepito come un'esperienza necessariamente interazionale, di fatto viene considerata dagli autori di *Gestalt Therapy* esclusivamente la prospettiva del soggetto, non quella dell'ambiente.

Nel contatto l'organismo si muove verso l'ambiente a partire da un proprio bisogno, coglie e assimila dall'ambiente qualcosa di nuovo e realizza il cambiamento e la crescita. Philip Lichtenberg giunge ad affermare: «Credo che il nostro concetto di processo di contatto-ritiro-dal-contatto derivi da ciò che Freud, agli inizi della sua carriera, chiamò "esperienza di soddisfazione", che influenzò molti concetti successivi del suo sviluppo teorico» (Spagnuolo Lobb, 2011, p. 82).

Il processo attraverso cui un bisogno emerge e viene soddisfatto è descritto da Perls, Hefferline e Goodman in termini di formazione del rapporto figura/sfondo: la figura dominante si delinea in primo piano, distinguendosi sempre più chiaramente dallo sfondo, attira l'attenzione e poi si dissolve, per lasciare il posto a una nuova figura. La sequenza del contatto si articola in quattro fasi: il *pre-contatto*, in cui il bisogno comincia a essere avvertito; il *contatto*, in cui si attiva l'energia per passare all'azione; il *contatto pieno*, in cui avviene l'azione che soddisfa il bisogno; il *post-contatto*, in cui l'esperienza compiuta viene assimilata.

Il concetto di contatto, dunque, non fa riferimento alla reciprocità dello scambio tra due entità separate (Robine, 2006a). Organismo e ambiente costituiscono insieme una totalità indivisibile, definita dagli autori di *Gestalt Therapy* "campo organismo/ambiente". Il campo non consiste di due parti, l'organismo e l'ambiente, bensì esiste solo come un tutto. Organismo e ambiente non possono essere considerati come entità separate che interagiscono. Considerati come realtà a sé stanti, costituiscono soltanto delle astrazioni, poiché la realtà primaria è il campo, definito come "un organismo e il suo ambiente".

Nell'incontro interpersonale, se io sono l'organismo, l'altro per me sarà l'ambiente, costituendo insieme il campo come totalità indivisibile, di cui io sono l'elemento referente. Allo stesso modo, io sarò l'ambiente per l'altro, se l'altro rappresenta l'organismo, ossia il soggetto dell'esperienza. Ciascuno costituisce l'elemento referente del proprio campo. Il modello di Perls, Hefferline e Goodman considera solo il punto di vista dell'organismo, come soggetto costitutivo del campo. La prospettiva è unidirezionale, in quanto non tiene conto del punto di vista dell'altro e della reciprocità del processo attraverso cui i due punti di vista differenti si influenzano vicen-

devolmente. Siamo all'interno di un paradigma individuale e unilaterale, o monopersonale.

Robine (2006a) sottolinea la differenza esistente tra il concetto di contatto e quello di relazione: «Essendo “la realtà primaria più semplice”, il contatto *non indica ancora* la relazione. La tematica del contatto è al di qua dell'oggetto, al di qua dell'altro. Il contatto non denota ancora l'investimento di un oggetto o di un altro, ma denota uno schema senso-motorio, dei modi di sentire e muoversi, di “andare verso e prendere”» (p. 41). La relazione rimanda, invece, all'interazione tra due o più persone, e quindi alla reciprocità dell'esperienza di incontro.

Vi è un'altra fondamentale differenza tra contatto e relazione, pure evidenziata da Robine. Il contatto indica l'esperienza dell'incontro nel qui e ora. La relazione, invece, consiste nell'insieme degli incontri che sono avvenuti nel tempo. Il concetto di relazione rinvia alla dimensione del tempo, alla storia del rapporto tra due persone. Contatto e relazione sono riconducibili a due diverse concezioni del tempo, presenti nella cultura greca. Il contatto rinvia a *kairòs*, la concezione soggettiva del tempo, vale a dire il momento presente in cui qualcosa accade, qualcosa è vissuto. La relazione fa riferimento a *chrònos*, l'idea oggettiva del tempo, ossia il tempo che scorre attraverso il succedersi degli eventi. Il modello di Perls, Hefferline e Goodman, centrato sul qui e ora, non si occupa di ciò che si sviluppa tra due persone nel tempo attraverso il succedersi dei loro incontri.

1.2. Ciclo di contatto e macroanalisi del processo terapeutico

Gli autori dell'Istituto di Cleveland hanno rielaborato la sequenza del contatto descritta da Perls, Hefferline e Goodman, ricavandone un modello specifico di diagnosi e di intervento, definito “ciclo di contatto” o “ciclo dell'esperienza”. Tale modello, che descrive il modo in cui una persona sia in grado o meno di diventare consapevole di un proprio bisogno e di agire per soddisfarlo nella situazione presente, costituisce uno strumento efficace di intervento sui blocchi dell'esperienza del paziente.

L'Istituto di Gestalt HCC, la scuola siciliana di psicoterapia della Gestalt fondata da Margherita Spagnuolo Lobb e da Giovanni Salonia, ha sviluppato l'idea del tempo come dimensione essenziale e costitutiva di ogni evento psichico e ha applicato il modello del ciclo di contatto alla seduta di terapia, in quanto episodio di contatto (Salonia, 1992; Spagnuolo Lobb *et al.*, 1998). Ogni esperienza si situa nel tempo, quindi si articola in tre fasi: un prima, un durante e un dopo. Ciascun momento dell'esperienza non ha significato

di per sé, bensì in relazione alle caratteristiche specifiche della fase in cui si inserisce. Il tempo diventa così chiave di lettura della comunicazione paziente-terapeuta. Afferma Salonia (1992): «Collocare il messaggio del paziente nella fase della seduta permette di cogliere, in modo più accurato, i significati relazionali della sua comunicazione» (p. 14). Questo modello, andando al di là della focalizzazione del momento presente, consente di analizzare, sulla base di un criterio temporale, come il paziente organizzi un'esperienza che si sviluppa in una dimensione temporale più o meno estesa, quale la seduta di terapia, o anche l'intero percorso terapeutico. Si tratta di uno strumento prezioso di diagnosi e di intervento, che tuttavia resta all'interno di una prospettiva centrata sull'individuo, che focalizza non il processo interpersonale che si sviluppa tra paziente e terapeuta, bensì l'esperienza soggettiva che il paziente fa di questo processo. Gli autori dell'Istituto siciliano, tuttavia, hanno rilevato l'intuizione pionieristica della centralità della relazione che caratterizza *Gestalt Therapy*, dove l'autoregolazione dell'organismo è sempre considerata all'interno dell'autoregolazione della relazione. È la relazione che si autoregola, non l'organismo (Salonia *et al.*, 1997). Nell'elaborazione teorica del gruppo siciliano, pertanto, la relazione, inscindibilmente connessa alla dimensione del tempo, si configura come criterio ermeneutico dell'esperienza soggettiva. Sulla base di tali premesse Spagnuolo Lobb (2007) ha proposto una rilettura in chiave interpersonale del ciclo di contatto, analizzando in termini di co-creazione l'evoluzione dell'incontro paziente-terapeuta nell'arco della seduta.

Fare riferimento alla dimensione temporale come criterio ermeneutico dell'incontro che si sviluppa nel corso di una seduta di terapia implica l'adozione di un'ottica di analisi che possiamo denominare "macro-temporale". In questa prospettiva, infatti, viene considerata come unità di riferimento l'intera seduta, all'interno della quale ogni momento acquista significato in relazione alla fase in cui si colloca. Stern (2005) adotta, invece, un livello di analisi su piccola scala da lui definito "micro-temporale", «dove le unità sono costituite dalle più piccole gestalt comportamentali da cui sia possibile inferire un'intenzione» (p. 201). Stern individua queste unità di osservazione nei "momenti presenti", della durata di alcuni secondi, e studia come essi si colleghino tra loro. Nella prospettiva macro-temporale il focus non è sulla connessione tra le mosse relazionali che momento dopo momento si succedono nel processo terapeutico, bensì sulla relazione tra una mossa, o una sequenza di mosse, e la fase del colloquio in cui è inserita.

Queste due prospettive non sono contrastanti, bensì complementari. Il modello macro-temporale sviluppato dall'Istituto di Gestalt HCC è estremamente utile, perché ci aiuta a orientarci, a cogliere il senso e la direzione di

ciò che accade durante la seduta; ci aiuta a capire di che cosa ha bisogno il paziente nella particolare fase della seduta o della terapia in cui ci troviamo. Ma abbiamo anche bisogno di analizzare a livello micro-temporale le singole azioni o mosse relazionali, ciascuna delle quali costituisce un'unità di osservazione, e di studiare il modo in cui esse, collegandosi tra loro, costruiscono il processo terapeutico.

2. Un nuovo modello di contatto

2.1. Il contatto come configurazione di Gestalten

L'applicazione della psicoterapia della Gestalt ai processi interpersonali a livello micro-temporale richiede una significativa revisione del concetto di contatto, che, andando oltre la prospettiva individuale e unidirezionale del modello di Perls, Hefferline e Goodman, consenta di descrivere la reciprocità dello scambio che avviene nell'incontro terapeutico. Come passare da una prospettiva che focalizza l'esperienza dell'individuo a una prospettiva di tipo interpersonale?

Possiamo trovare una risposta a questa domanda in Gordon Wheeler, che riconsidera criticamente il modello di Perls, Hefferline e Goodman, pur rimanendo intimamente legato ai fondamenti epistemologici della psicoterapia della Gestalt. Per Wheeler (1992), il concetto di contatto fa riferimento non al singolo impulso, al processo "isolato, interno ed episodico" che è la formazione della figura/sfondo, bensì alla complessa organizzazione dell'esperienza nel momento presente, che include «le connessioni organizzate fra "l'organismo e l'ambiente", ossia il tessuto del rapporto sociale» (p. 67). Rifacendosi alle teorie di Kurt Lewin e di Kurt Goldstein, egli afferma che l'esperienza non può essere ridotta alla formazione di una singola Gestalt, che si staglia su uno sfondo vuoto, momentaneamente privo di interesse, non tenendo conto della selezione dinamica dei diversi bisogni in rapporto alla loro urgenza e alle risorse disponibili nell'ambiente. L'esperienza è piuttosto l'organizzazione di ordine più elevato di diverse Gestalten, ossia di diversi bisogni, avvertiti con diversa intensità e in interazione dinamica tra loro a vari livelli e con lo sfondo. Le diverse figure non si limitano a comparire, scomparire e susseguirsi in modo lineare, bensì «persistono, coesistono e interagiscono in forma dinamica e strutturata» (Wheeler, 1992, p. 33). La tensione dinamica tra le varie figure, o "sotto-figure", si risolve con la riorganizzazione del campo, con il conseguimento di una nuova figura sovraordinata. Questa nuova configurazione «funge poi come sfondo per le varie